Section-A (खण्ड-अ)

Objective Questions (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

1. Answer all the following questions: (1×15=15)

निम्नलिखित सभी प्रश्न अनिवार्य हैं:

(a) Objective questions:

बहुविकल्पीय प्रश्नः

(i) A person who is suffering from high blood pressure should cut down on the following in the diet:

(A) Sodium

(B) Potassium

(C) Calcium

(D) Magnesium

उच्च रक्तचाप से पीड़ित व्यक्ति को आहार में निम्नलिखित का सेवन कम करना चाहिए:

(A) सोडियम

(B) पोटेशियम

(C) कैल्शियम

(D) मैग्नीशियम

(iii) Ascarbic acid deficiency result in what kind of disease:

(A) Beri-Beri

(B) Scurvy

(C) Night blindness

(D) Malaria

एस्कॉर्बिक एसिड की कमी से किस प्रकार का रोग होता है?

(A) बेरी-बेरी

(B) स्कर्वी

(C) रतौंधी

(D) मलेरिया

(iv) Rich source of Vitamin C is:

(A) Cereals

(B) Pulses

(C) Citrus fruit

(D) Oilseed

विटामिन सी का समृद्ध स्रोत है:

(A) अनाज

(B) दालें

(C) खट्टे फल

(D) तिलहन

(v) Number of "essential amino aicids" are:

(A) 20

(B) 10

(C) 15

(D) 30

"आवश्यक अमीनो अम्लों" की संख्या है:

(A) 20

(B) 10

(C) 15

(D) 30

(b) True or False:

सत्य अथवा असत्य बताइये:

(i) All monosaccharides are soluble in side the water.

सभी मोनोसैकराइड्स कार्बोहाइड्रेट जल में घुलनशील होते हैं।

(ii) Maltose is also known as Milk Sugar,

माल्टोस दुग्ध शर्करा के रूप में भी जाना जाता है।

(iii) All the protein molecules are made-up by the amino acids.

सभी प्रोटीन के अणु अमीनो अम्लों से मिलकर बने होते हैं।

(iv) RDA stands for Recommended Dietary Allowances.

आर०डी०ए० का मतलब अनुशंसित आहार भत्ता है।

(v) Vitamin A is a water soluble Vitamin.

विटामिन ए जल में घुलनशील विटामिन है।

(c) Fill in the blanks:

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिये:

(i) The body building function of food is related to the presence of .....

भोजन का शरीर निर्माण कार्य ..... की उपस्थिति से सम्बन्धित है।

(ii) Energy giving food are rich in .....

ऊर्जा प्रदान करने वाले खाद्य पदार्थ ..... से भरपूर मात्रा में होते हैं।

(iii) Vitamins and minerals have ..... and ..... functions.

विटामिन और खनिजों में ..... और ..... कार्य होते हैं।

(iv) The Balance diet have all the nutrients in the correct ..... and proportions.

संतुलित आहार में सभी पोषक तत्व सही ..... और अनुपात में होते हैं।

(v) ICDS stands for .....

आई०सी०डी०एस० का मलतब है .....

Section-B (खण्ड-ब)

Short Answer Questions (लघुउत्तरीय प्रश्न)

2. Answer any four of the following questions in maximum 250 words: (7×4=28)

निम्नलिखित में से किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर अधिकतम 250 शब्दों में दीजिये:

(i) What are nutrients? Briefly discuss the group of macro nutrients.

पोषक तत्व क्या हैं? मैक्रोन्यूट्रिएंट्स पर संक्षेप में चर्चा कीजिये।

(ii) What do you understand by the term balanced diet? Discuss the role of balanced diet for our health.

संतुलित आहार से आप क्या समझते हैं? हमारे स्वास्थ्य के लिए संतुलित आहार की भूमिका पर चर्चा कीजिये।

(iii) What are corbohydrates? Briefly discuss its type and functions.

कार्बोहाइड्रेट क्या हैं? इसके प्रकार और कार्य पर संक्षेप में चर्चा कीजिये।

(iv) Write short note on the protein.

प्रोटीन पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिये।

(v) What do you understand by the concept of 1000 days nutrition?

1000 दिन के पोषण की अवधारणा से आप क्या समझते हैं?

(vi) Define the following terms:

(a) Under Nutrition

(b) Over Nutrition

निम्नलिखित शब्दों को परिभाषित कीजिये:

(a) कुपोषण

(b) अतिपोषण

Section-C (खण्ड-स)

Descriptive Questions (विवरणात्मक प्रश्न)

Answer any two of the following questions in maximum 600 words: (16×2=32)

निम्नलिखित में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर अधिकतम 600 शब्दों में दीजिये:

(i) What do you understand by the term Vitamin? Discuss the types of vitamins and disease associated with them.

विटामिन शब्द से आप क्या समझते हैं? विटामिन के प्रकार और उनसे जुड़ी बीमारियों पर चर्चा कीजिये।

(ii) What is diabetes and hypertention? Discuss the nutritional requirement of a diabetic patient.

मधुमेह और उच्च रक्तचाप क्या है? मधुमेह रोगी की पोषण सम्बन्धी आवश्यकताओं पर चर्चा कीजिये।

(iii) What is 'meal planning'? Discuss the factors that affecting Meal Planning.

'भोजन योजना' क्या है? 'भोजन योजना' को प्रभावित करने वाले कारकों पर चर्चा कीजिये।

●●●●●